

# 正面管教儿童心理学

周礼◎著

zhengmian guanjiao  
ertongxinlixue

家长对孩子感到  
迷茫、困惑、不知所措  
时的  
应急手册

家教成功的关键，就是陪孩子度过3~6岁敏感期，  
7~9岁叛逆期。如此，好妈妈才能胜过好老师。



文匯出版社

# 正面管教儿童心理学

周礼◎著

zhengmian guanjiao  
ertongxinlixue



图书在版编目(CIP)数据

正面管教儿童心理学 / 周礼著. — 上海: 文汇出版社, 2017. 6

ISBN 978-7-5496-2110-1

I. ①正… II. ①周… III. ①家庭教育②儿童心理学  
IV. ①G78 ②B844.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第107712号

正面管教儿童心理学

著 者 / 周 礼

责任编辑 / 戴 铮

装帧设计 / 天之赋设计室

出版发行 / 文汇出版社

上海市威海路755号

(邮政编码: 200041)

经 销 / 全国新华书店

印 制 / 北京毅峰迅捷印刷有限公司 010-89581657

版 次 / 2017年7月第1版

印 次 / 2017年7月第1次印刷

开 本 / 710×1000 1/16

字 数 / 148千字

印 张 / 15

书 号 / ISBN 978-7-5496-2110-1

定 价 / 35.00元



## 自序：石头与石像

一块石头，在建筑工人的眼里，它只是一块普通的石头；而在雕刻家的眼里，它则是一件精美的艺术品。为什么同样的一块石头，在不同人的手里，会显示出不同的价值呢？这就是细心雕琢的结果。

教育孩子也是如此。

以石头来比喻孩子，如果你使用的工具是铁锤，那么你打造出来的只能是粗糙的碎石。如果你使用的工具是刻刀，那么你雕琢出来的就是精美的石像。

众所周知，爱迪生小时候不是一个聪明的孩子，常常被老师视为“低能儿”，因此仅仅上了三个多月的学就被老师撵出了学校。但爱迪生的母亲南希并不认为自己的儿子是“低能儿”，并且在她耐心的辅导和教育之下，爱迪生成了举世瞩目的大发明家。

由此可见，家庭教育对一个人的成长有多么重要的意义。

有人说，推动摇篮的手，就是推动世界的手。



孩子将来成为一个什么样的人，有多大出息，在很大程度上取决于父母的教育。父母是孩子的第一任老师，是指引孩子走向成功的领路人。

可以说，父母能成就孩子，也能毁掉孩子。

每个孩子都是一块璞玉，只要家长用心去雕琢，都能使其成为温润的美玉。但在日常生活中，许多家长都忽略了对孩子的教育，或者采取了错误的教育方式，结果致使一些本该成为美玉的孩子成为了碎石，这多么让人痛心啊！

的确，教育孩子很难，但再难我们也不能放弃，因为生养孩子不像买东西，不管是不是“次品”，你都无法“退货”——我们只能想尽一切办法，将“次品”转化为“合格品”，将“合格品”转化为“上品”。

# 目 录

## Contents

### 第 1 章

### 成人篇

1. 游戏中的小知识 … 002
2. 人前不教子 … 004
3. 孩子，请闭眼 … 007
4. 对孩子你别“哄” … 009
5. 孩子吵闹，应对有艺术 … 012
6. 女儿向我买时间 … 015
7. 给孩子分床有技巧 … 017
8. 孩子的安全教育不可忽视 … 020
9. 早教不当可能会害了孩子 … 022
10. 我给女儿写“情书” … 025
11. 三招化解亲子冲突 … 027
12. 教孩子吃饭不是一件小事 … 030
13. 好的亲子关系胜过好的教育 … 033

14. 不要忽视噪音对孩子的影响 … 035
15. 孩子爱攀比怎么办 … 038
16. 和女儿 PK 汉字 … 040
17. 做孩子的“拉拉队” … 043
18. 不要拒绝孩子的爱 … 045
19. 每天给孩子一句鼓励的话 … 048
20. 饭桌教子不可取 … 050
21. 让孩子学会分享 … 053
22. 家有小马虎 … 055
23. 带着孩子去冒险 … 057
24. 关注并非伤害 … 060
25. 让孩子输得起、放得下 … 062
26. 教育孩子无小事 … 064
27. 做“懒惰”的父母又何妨 … 067
28. 不要逼孩子认错 … 069
29. 允许孩子“虚度光阴” … 071
30. 曾子杀猪与狼来了 … 073
31. 做孩子的好榜样 … 076
32. 亲子共处，别做“低头族” … 078

1. 最好的教育是陪伴 … 082
2. 别把听话作为教育孩子的指挥棒 … 084
3. 有些话不妨反着说 … 087
4. 教育孩子，不看脸色看“聊效” … 089
5. 跟家庭“软暴力”说拜拜 … 091
6. 教育孩子不妨顺杆爬 … 094
7. 家庭幸福有利于孩子成功 … 097
8. 教育孩子要就事论事 … 099
9. 巧用激将法 … 102
10. 孩子害羞怎么办 … 104
11. 教育孩子别拿钱说事儿 … 107
12. 别在孩子面前说老师的坏话 … 109
13. 孩子说话时，大人要专注 … 111
14. 最好的教育是关爱 … 114
15. 常对孩子微笑，有助于孩子成长 … 116
16. 四招化解孩子的“电视瘾” … 118
17. 孩子不喜欢老师怎么办 … 121



18. 这些细节家长不可小视 … 123
19. 请给孩子合理的期待 … 126
20. 自卑是条毛毛虫 … 128
21. 把盐放进汤里 … 131
22. 别让孩子把快餐当正餐 … 133
23. 家长止步，孩子才能进步 … 135
24. 不要替孩子看世界 … 138
25. 孩子，你可以做得更好 … 140
26. 让孩子在探索中成长 … 142
27. 让孩子在和风细雨中成长 … 144
28. 允许孩子顶嘴 … 147
29. 改变孩子的两句话 … 149
30. 培养孩子财商，从零花钱开始 … 151
31. 惩罚先别急，倾听胜万金 … 153
32. 孩子的这些习惯不能靠老师培养 … 155

1. 家庭作业，想说爱你也容易 … 159
2. 善待孩子的每一个“为什么” … 161
3. 好习惯要从小培养 … 163
4. 教育孩子请将“你不要”换成“你能行” … 166
5. 教育孩子要掌握好“火候” … 168
6. 把孩子的成长当作一辈子的事业 … 170
7. 别拿孩子与别人比较 … 172
8. 教育孩子不妨多用暗示 … 175
9. 教育孩子重在体验 … 177
10. 教育孩子要把握好时机 … 179
11. 别折断孩子想象的翅膀 … 182
12. 如何培养孩子的交际能力 … 184
13. 家长坚持一次，孩子受益一生 … 187
14. 教育孩子，补偿心理不可有 … 189
15. “强势父母”造就“弱势孩子” … 192
16. 做个“会说话”的家长 … 194
17. 教育孩子，“做”比“说”重要 … 197

18. 把舞台让给孩子表演 … 199
19. 家长“无为”，或许孩子更“有为” … 201
20. 如何培养孩子的团队精神 … 203
21. 不要忽略孩子最短的那块板 … 205
22. 检查作业有讲究 … 208
23. 让  $5+2 > 7$  … 210
24. 情商高的孩子更容易获得成功 … 212
25. 可以奖励进步，但不能惩罚失败 … 215
26. 每个孩子都是天才 … 217
27. 换一种方式教育孩子 … 219
28. 六种语气助孩子成才 … 221

## 后 记 … 225



## 第1章 成人篇

台湾作家龙应台曾说，父母跟食物一样，都是有保质期的，这个保质期就是孩子最依赖父母的那段时间。

如果父母错过了这个陪伴和教育孩子的黄金时期，那么将来就只有摇头和叹息的份儿了。因为，孩子的习惯一旦养成就很难改变，与其花十年的时间去重塑孩子，不如花十年的时间去培养孩子。



## 1. 游戏中的小知识

近年来，关于孩子走失的新闻报道有很多，虽然有些走失的孩子被幸运地找回来了，但家长为此所承受的痛苦是无法想象的——因为一个孩子走失了，就意味着一个家庭破裂了。

所以，让孩子学习一定的安全常识和建立一定的自我保护能力，显得很有必要。

那么，家长应该如何教育孩子，让悲剧不再发生呢？

通常情况下，孩子会对外界的许多事物充满好奇，比如，一只可爱的小狗，一只不起眼的蚂蚁，一个漂亮的气球……这些都可能让孩子停下脚步，远离父母的视线，从而走失。

面对这种情况，家长不妨经常和孩子做以下几个游戏，以提高孩子自我保护的意识和能力。

### 一、“老鹰抓小鸡”游戏

爸爸当老鹰，妈妈当母鸡，孩子当小鸡。

场地可以选择在家中，也可以选择在户外，甚至可以邀请其他小朋友一起参加。

进行游戏时，家长要求孩子拉住妈妈的衣服，跟着妈妈的



节奏前进、后退，左右移动，看孩子会不会松开手。如果孩子松开了手，家长一定要及时提醒孩子，并告诉他，离开妈妈的保护是非常危险的。

这个游戏，主要是为了训练孩子在外面时应该寸步不离地跟随家长意识。

生活中，在客流量大、场面拥挤的情况下，孩子很容易和父母走散，尤其是当父母双手提着东西时。如果孩子能始终紧紧地拉住妈妈的衣服，很大程度上能够防止走丢。

## 二、“找爸爸妈妈”游戏

这个游戏需要多人参与，游戏规则是：爸爸妈妈混在人群中，与孩子保持一定的距离，而且大家可以随意走动。当游戏主持人发出指令时，孩子要尽快跑到爸爸妈妈的身边，并拉住爸爸妈妈的手。

这个游戏，主要是为了训练孩子在暂时脱离父母的视线时，如何保持镇静的心态，并迅速做出正确判断，重新找到爸爸妈妈。

## 三、“大声回答”游戏

游戏要求爸爸将孩子带到人群中，然后让妈妈站在远处呼叫孩子的名字。当孩子听到妈妈的呼喊时，要大声回答“我在这儿”，并挥动自己的双手。

为了让游戏效果更加真实，家长可以尝试在不同的环境下，以不同的声调和语速呼叫孩子，看孩子能否立刻做出反应，让家长在第一时间找到他。





#### 四、“找警察”游戏

这个游戏很简单，首先家长要准备一些印有不同人物图案的卡片，并将穿警察、保安、军人服装的人物卡片夹在其中，让孩子在最短的时间内将它们找出来。

家长也可以将孩子带到街上，让孩子身临其境地辨识哪些是警察、哪些是保安、哪些是军人，并告诉他以后在外面遇到麻烦时，可以找警察叔叔帮忙。

这个游戏，主要是为了训练孩子在走失时，如何安全地向外界求助，以便找到自己的父母。

此外，家长还可以为孩子制作一张让其随身可以携带的联系卡，上面要写明孩子的基本信息和父母的联系电话，这样，即便孩子走丢，警察或好心人也会根据联系卡及时联系上家长。

## 2. 人前不教子

《朱子家训》中记录了这样一句耐人寻味的话：“堂前教子，枕边教妻。”意思是说，教育孩子，要当面指出他的错误，让他感到羞耻，从而不再犯类似的错误。而妻子犯错了，则需要给她留一定的颜面，最好在背后悄悄地告诉她。



现在看来，枕边教妻很有道理，但堂前教子并不可取，因为人们可能忽略了一个问题，那就是：孩子也是有自尊的，也需要得到别人的尊重。

在日常生活中，每当孩子调皮或出现过失时，家长总是喜欢大声训斥，不管周围有没有人；有时甚至还会找一个“反面”例子，这样挖苦道：“你看某某孩子多听话、多能干啊——哪像你，整天就知道玩。”

家长的出发点肯定是好的，想通过人前教子，让孩子认识到自己的错误。但这种教育的效果并不理想，也许当时孩子会因为受到批评而有所收敛，但他的内心其实并不服气，甚至会心生怨恨。

人前教子，很容易让孩子产生逆反心理。

人都希望得到别人的尊重和理解，孩子也不例外——当他们不小心犯了错时，如果家长不注意时间和场合，在大庭广众之下对其肆意指责、辱骂，孩子会觉得很受伤，很没“面子”，这对孩子的成长极为不利。

英国哲学家洛克说：“父母不宣扬子女的过错，则子女对自己的名誉就愈看重，他们觉得自己是有名誉的人，因而会更小心地维持别人对自己的好评；若是当众宣布他们的过失，使其无地自容，他们便会失望，而制裁他们的工具也就没有了，他们会觉得自己的名誉受到了打击，而他们设法维持别人好评的心思也就愈加淡薄。”

很多家长认为，孩子没有自尊，打打骂骂无所谓。



事实上，每个人都有被人尊重的需求，我们越是尊重孩子，孩子就越是会用心去维护自己的好形象；而我们越是伤害他，孩子就越是会不在乎，越是会破罐子破摔，甚至对家长产生敌对的紧张情绪。

可能许多家长都有这样的体会，你越是打骂孩子，孩子越是不怕，越是不听话，越是跟你对着干。越是夸奖和鼓励孩子，孩子就越是努力，越是乖巧，越是优秀。

常言说，树怕伤根，人怕伤心。

如果家长时常伤害孩子的自尊，孩子的心灵就会扭曲，就会以逆反或自暴自弃的方式“回报”于你。因此，家长要细心地呵护孩子的自尊，像呵护荷叶上的露珠一样小心翼翼。

其实，孩子犯错是十分平常的事，有的是由于好奇心的驱使，有的是由于经验不足，有的是由于一时兴起——不管出于何种原因，都是可以理解的。

所谓孩子犯错，上帝也会原谅。

对此，父母应该保持平常心，尽量克制住自己的情绪，尤其是有外人在场的情况下，最好不要教训孩子——等到没有外人时，再告诉孩子，哪些地方做得不好，哪些地方需要改进。这样做，效果要好很多。

同时，批评孩子时，父母还要掌握好的方式和技巧，不要动不动就发脾气、训斥、骂人，因为教育是一项细致活儿，家长得有足够的耐心和信心。